

PENERAPAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK AVERSI UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA SMPN 3 GRESIK

Risnanda Ni'matul Ula

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : (risnandaula@mhs.unesa.ac.id)

Titin Indah Pratiwi

Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : (titinindahpratiwi@unesa.ac.id)

Abstrak

Perilaku agresif adalah perilaku yang dilakukan oleh suatu individu dengan tujuan untuk menyakiti, menyerang dan melukai individu lain, objek lain bahkan pada dirinya sendiri. Perilaku agresif ini sering terjadi di lingkungan sekolah dan dapat mempengaruhi suasana serta proses pembelajaran di dalam kelas. Penelitian ini berfokus pada perilaku agresif. Perilaku ini terjadi di kelas VIII-E SMPN 3 Gresik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku yang tidak dikehendaki (agresif) pada siswa di kelas VIII-E SMPN 3 Gresik setelah diberikan perlakuan dengan teknik aversi.

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *Single Subject Design* dengan menggunakan desain A-B. Pada penelitian ini berfokus kepada 4 subyek. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan keempat subyek mengalami perubahan sehingga terdapat penurunan rata-rata skor untuk fase *baseline* maupun fase intervensi. Subyek yang pertama MF pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 11.6, pada fase intervensi rata-rata skor 9.6. Subyek yang kedua NRRS pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 11.5, pada fase intervensi rata-rata skor 9.9. Subyek yang ketiga APR pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 9.4, pada fase intervensi rata-rata skor 6.2. Subyek yang terakhir MRR pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 9, pada fase intervensi rata-rata skor 7.1. Data ini menunjukkan bahwa keempat subyek mengalami penurunan pada masa intervensi dan penurunannya bersifat positif bagi subyek. Dapat disimpulkan terdapat penurunan rata-rata skor pada perubahan perilaku agresif dari keempat subyek MF, NRRS, APR dan MRR setelah diberikan perlakuan konseling individu dengan menggunakan teknik aversi.

Kata Kunci: Konseling Individu, Aversi, Perilaku Agresif

Abstract

Aggressive behavior is behavior that carried out by individuals with intention to hurt, attack and harm other individuals, other objects even themselves. This aggressive behavior often occur in school environment and it can affect to the atmosphere and learning process inside the class. This research focused to aggressive behavior. This behavior took placed in 8th grade E class at 3rd junior high school of Gresik. The purpose of this research was to reduce the undesirable behavior (aggressive) on 8th grade E class student's at 3rd junior high school of Gresik after given aversi technique as a treatment.

The design of this research uses the Single Subject Design approach with A-B design. This research focuses on 4 subjects. Data collection technique are used the observation and documentation. Based on the results of the research that has been done it indicated that all four subjects experienced changes so that there was a decrease in the average score for the baseline phase and the intervention phase. The first subject was MF had 11.6 as an average score in the baseline phase and in the intervention phase the average score was 9.6. The second subject was NRRS had 11.5 as an average score in the baseline phase and in the intervention phase the average score was 9.9. The third subject was APR had 9.4 as an average score in the baseline phase and in the intervention phase the average score was 6.2. The last subject was MRR had 9 as an average score in the baseline phase and in the intervention phase the average score was 7.1. This data showed that all four subjects experienced decrease in the intervention period and the decrease was positive for all the subjects. It can be concluded that there was a decrease in the average score on changes in aggressive behavior of all four subjects MF, NRRS, APR and MRR after being given individual counseling treatment using aversi technique.

Keywords: Individual Counseling, Aversi, Aggressive Behavior

PENDAHULUAN

Menurut KBBI, remaja adalah anak yang mulai dewasa, sudah cukup umur untuk kawin. Pada umumnya remaja selain adanya perubahan biologis mereka juga mengalami perubahan kognitif, menurut Piaget (dalam Santrock, 2011) perubahan kognitif remaja adalah pemikiran operasional formal yang terjadi antara usia 11 hingga 15 tahun. Pada usia ini anak mulai memasuki tahap pendidikan pada Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pemikiran operasional formal pada kenyataannya cenderung lebih abstrak, idealis, serta logis dibandingkan pemikiran operasional konkret. Remaja terdorong untuk memahami dunianya, mereka mengaitkan suatu pemikiran dengan pemikiran lain yang terkesan abstrak, idealis dan logis. Tidak hanya menggabungkan pengamatan dan pengalaman, tapi mereka juga menyesuaikan cara berpikir dengan pemikiran baru agar memiliki pemahaman terkait hal tertentu yang lebih dalam. Dalam perkembangannya, remaja tidak dapat lepas dari lingkungannya. Hal ini menunjukkan pentingnya berkehidupan sosial serta budaya bagi pertumbuhan mereka. Mereka membangun interaksi yang baik dengan lingkungannya, teman seusia maupun dengan yang lebih tua. Kecenderungan mereka untuk mendapatkan perhatian lebih saat berinteraksi dengan lingkungannya, membuat remaja merasa perlu untuk mencari tahu karakter dan jati dirinya, sehingga ia dapat dikatakan berbeda (*authentic*) dari yang lainnya. Pada umumnya remaja mencari karakter dan jati diri mereka melalui hal-hal menyenangkan yang menarik minat dan perhatiannya. Dalam pencapaian mencari karakter dan jati diri, kerap kali remaja ingin mendapatkan pengakuan dari lingkungannya sehingga melakukan hal-hal yang berbeda. Remaja cenderung tidak peduli dengan pengakuan yang akan didapat baik negatif atau positif, yang terpenting hanya pengakuan sebagai identitas mereka.

Perubahan perilaku yang dilakukan oleh remaja dalam pencarian karakter dan jati diri berkaitan erat dengan teori pembelajaran sosial (*social learning theory*) milik Albert Bandura (dalam Feist, 2010) yang menekankan pada komponen kognitif dari pikiran, pemahaman dan evaluasi. Eksperimen Bandura yang terkenal adalah Bobo Doll, membuktikan anak-anak meniru perilaku agresif dari orang dewasa yang ada di sekitarnya.

Menurut Bandura (dalam Dayakisni, 2012: 176), bahwa dalam kegiatan sehari-hari, perilaku agresif dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, lingkungan, kebudayaan atau media massa. Perilaku agresif adalah salah satu dari beberapa akibat pada pengalaman frustrasi yang dibenci. Menurut Saroson (dalam Dayakisni, 2012: 172), bahwa agresif berarti suatu serangan yang dilakukan oleh suatu individu terhadap individu yang lain, suatu objek bahkan pada diri sendiri. Secara umum agresi dikelompokkan menjadi empat, yakni: *offensive aggression* adalah agresif secara langsung merespon tindakan orang lain, *retaliatory aggression* dapat diartikan respon atas tindakan provokasi, *instrumental aggression* merupakan perilaku agresif yang positif karena tindakan menyerang

dengan tujuan untuk mendapat cita-cita atau keinginan dan tidak melukai orang lain, kemudian *angry aggression* adalah agresif yang melibatkan emosi seseorang ketika marah.

Beberapa kasus dengan *highlight* perilaku agresif sebagai penyebabnya sering terjadi pada para remaja bahkan beberapa kasus mengakibatkan adanya korban jiwa, contohnya kasus *bullying* yang menghebohkan publik. Kejadian ini sempat viral di media sosial dengan beredarnya sebuah video yang berisi korban berinisial SB terlibat adu mulut dengan pelaku, kemudian esoknya ketika pulang sekolah korban dihadang oleh pelaku dan teman-temannya di Thamrin City pada hari Jumat, 14 Juli 2017. Korban yang dikelilingi oleh para pelaku tidak melakukan perlawanan ketika mendapat kekerasan dari para pelaku. Kekerasan tersebut berlanjut hingga akhir video, korban diperintahkan untuk mencium tangan para pelaku. Kasus ini berakhir di meja hijau karena korban tidak terima dan melapor pada pihak yang berwajib (Pratama, 2017).

Ada pula perkelahian antara dua pemuda yang terjadi karena saling olok urusan perempuan, tersangka ternyata sedang berpacaran dengan mantan korban. Tidak terima pacarnya diolok oleh korban, tersangka mengajak korban untuk bertemu di Terminal Landungsari Malang. Pada Minggu 10 Desember 2017, tersangka muncul dengan teman-temannya sedangkan korban sendirian. Yang terjadi bukanlah pengeroyokan melainkan duel, karena teman-teman tersangka hanya menonton di pinggir terminal. Dari duel tersebut AFW menjadi korban karena harus meregang nyawa. Sedangkan Tedy menjadi tersangka dan bertanggung jawab atas meninggalnya AFW harus berurusan dengan pihak yang berwajib (Indo, 2017).

Kemudian dikabarkan bahwa tim Polsek Pesanggrahan berhasil meringkus 4 pelajar terkait dengan perkelahian yang menewaskan 1 korban meninggal dunia. Korban dengan inisial MK ini tewas karena dikeroyok 8 orang pelaku yang berasal dari gabungan beberapa pelajar SMK Averuz dengan SMA Sasmita. Tawuran ini terjadikarena adanya adu mulut dan berakhir saling tantang di media sosial Instagram sebelumnya. Kemudian mereka sepakat untuk bertemu pada hari Rabu, 31 Oktober 2018 pukul 22.00 WIB di Kolong Tol Deplu Raya Bintaro, Jaksel (Rizqo, 2018).

Dari kasus diatas dapat diartikan bahwa perilaku agresif adalah hal nyata yang harus ditangani. Yang mendasari pengambilan tema ini adalah ditemukannya perilaku saling ejek yang terjadi pada dua siswi yang saling olok masalah penampilan yang kemudian berakhir dengan saling jambak di lingkungan tempat tinggal peneliti. Peneliti mengetahui keduanya merupakan siswi SMP dari seragam yang dikenakan. Akhirnya dari hal tersebut peneliti memutuskan untuk mengangkat tema perilaku agresif. Peneliti akhirnya melakukan studi pendahuluan di SMPN 3 Gresik pada tanggal 18 dan 25 September 2018. Studi pendahuluan yang dilakukan berupa wawancara dengan guru BK, observasi, serta penyebaran angket Alat Ungkap Masalah (AUM) pada siswa kelas VIII-E yang

berjumlah 31 orang sesuai saran dari hasil wawancara dengan guru BK di SMPN 3 Gresik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan antara lain adalah wawancara dengan guru BK dengan hasil berupa saran untuk memasuki kelas VIII-E secara acak. Perilaku agresif terjadi secara merata dan berbeda pada setiap kelas, tetapi kelas VIII-E merupakan kelas paling aktif dari kelas keseluruhan. Hasil pengamatan yang ditemukan oleh peneliti ketika memasuki kelas VIII-E menunjukkan bahwa adanya perilaku agresif verbal berupa mengolok, mengejek kekurangan baik fisik maupun non fisik, mengeluarkan kata-kata kotor, mengatakan kata kasar baik secara langsung maupun tidak langsung, berteriak, membentak, menyuruh, menggoda lawan jenis dan mengancam. Adapula perilaku agresif non verbal yang dilakukan yakni melempar barang, mengambil barang tanpa pengetahuan pemilik, menarik baju, mencubit, mendorong dan berkelahi. Peneliti melakukan observasi sebanyak 2 kali (18 dan 25 September 2018), pada saat observasi pula para siswa seringkali ditemukan tidak sopan terhadap guru (celometan) ketika sedang mengajar, membantah perintah guru, berbohong soal ulangan harian yang akan diadakan sehingga batal. Pada saat observasi juga ditemukan seorang siswi bernama MF memiliki beberapa perilaku yang mengarah pada perilaku agresif. Dia aktif dalam berbicara, sering terlibat dalam adu mulut dengan teman sebayanya karena tidak setuju dan memiliki pendapat sendiri. MF sering berlaku sebagai *leader* dan mengontrol teman sekelasnya, hal ini seringkali mengakibatkan percekocokan dengan teman yang lain, dia juga lebih dekat dan senang berteman dengan siswa lawan jenis daripada siswi lainnya. Kemudian pada saat observasi terakhir dilakukan penyebaran angket Alat Ungkap Masalah (AUM) pada kelas VIII-E yang saat itu berjumlah 31 orang secara keseluruhan. Dalam penyebaran angket Alat Ungkap Masalah (AUM) diketahui bahwa kelas VIII-E membutuhkan informasi cara untuk berkomunikasi dengan baik sebanyak 12 orang, ingin tahu cara untuk membina hubungan baik dengan teman lawan jenis sebanyak 13 orang, informasi bagaimana melepaskan diri dari lingkungan yang kurang mendukung sebanyak 10 orang. Kemudian kelas VIII-E juga kurang mampu mengendalikan diri berpikir dan bersikap positif sebanyak 6 orang, sulit mendengarkan dan memahami pendapat orang lain sebanyak 10 orang, dan kesulitan berbicara dengan lawan jenis sebanyak 10 orang. Permasalahan tersebut mengindikasikan kurangnya pengetahuan kelas VIII-E dalam bersikap dan mengendalikan diri, sehingga perilaku agresif sering muncul pada kegiatan sehari-hari yang mereka lakukan. Penanganan pencegahan maupun pengentasan telah dilakukan oleh pihak sekolah SMPN 3 Gresik melalui guru BK. Bentuk penanganan serta upaya untuk menanggulangi adanya perilaku agresif berupa pemberian layanan informasi secara klasikal dan bimbingan kelompok telah dilakukan guru BK dan di sekolah. Guru BK masuk pada tiap kelas pada jadwal yang sudah disediakan oleh sekolah khusus untuk kegiatan konseling dan bimbingan. Pencegahan

dilakukan agar menghambat pertumbuhan siswa, termasuk perilaku agresif. Kemudian adapula upaya pengentasan yang dilakukan yakni konseling kelompok maupun individu dan *peer counseling*. Penanganan lebih lanjut seperti kunjungan rumah juga dilakukan untuk mengetahui penyebab perilaku yang agresif dari siswa.

Penanganan oleh guru bimbingan dan konseling rupanya tidak bisa menekan ataupun mengurangi perilaku agresif secara menyeluruh dan maksimal. Masih ada perilaku agresif yang muncul di beberapa kelas termasuk kelas VIII-E merupakan pertanda siswa masih belum jera dan mengerti konsekuensi dari tindakan yang dilakukan. Oleh karena itu, bisa diberikan layanan bimbingan dan konseling dengan lebih terfokus pada tiap individu menggunakan teknik aversi. Teknik aversi dapat mengontrol perilaku dengan berbagai cara, teori ini pada dasarnya digunakan karena dua alasan, yang pertama untuk menghambat atau mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dan kemudian yang kedua memberikan stimulus yang tidak menyenangkan atau menyakitkan (Edi, 2012: 172). Penggunaan teknik aversi sejalan dengan tujuan untuk menghambat atau mengurangi perilaku agresif sebagai perilaku yang maladaptif dengan memberikan konsekuensi sebagai stimulus yang kurang disukai agar timbul sifat positif untuk diperkuat. Layanan yang diberikan adalah konseling individu, yang dapat membantu siswa dalam memecahkan permasalahan yang dimiliki. Menurut Tohirin (2013: 158), tujuan umum diadakannya konseling individu adalah supaya klien dapat memahami dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang sedang dihadapi, kekuatan serta kelemahan diri sendiri sehingga klien dapat mengatasi permasalahan yang dialami. Dalam konseling individu juga terdapat pengungkapan, penelusuran sebab timbulnya suatu masalah, serta upaya untuk memecahkan suatu masalah, evaluasi serta tindak lanjut. Dari proses konseling individu dengan teknik aversi diharapkan mampu untuk mengurangi perilaku yang agresif.

Dari latar belakang yang ada di atas, maka penelitian akan berfokus pada penerapan konseling individu dengan menggunakan teknik aversi agar dapat mengurangi perilaku agresif pada siswa kelas VIII-E SMPN 3 Gresik.

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku agresif

Dalam KBBI (Setiawan, 2019,) agresif ialah bersifat atau bernafsu ingin menyerang sesuatu yang dipandang sebagai hal atau situasi yang mengecewakan atau menghambat. Perilaku agresif merupakan perilaku fisik maupun verbal yang dimaksudkan untuk melukai dan menyebabkan kerusakan pada obyek atau sasaran (Myers, 2010: 69). Sama halnya menurut Kartono (2011) agresi merupakan suatu ledakan emosi, kemarahan hebat dan perbuatan yang menimbulkan permusuhan, ditujukan untuk orang maupun benda.

Menurut Saroson (dalam Dayakisni, 2012: 172), bahwa agresif diartikan sebagai serangan yang

dilakukan oleh individu pada individu lain, obyek dan bahkan pada diri sendiri. Secara umum agresif dikelompokkan menjadi empat, yakni: *offensive aggression* merupakan agresif secara langsung yakni respon dari tindakan orang lain, *retaliatory aggression* diartikan respon langsung atas tindakan provokasi, *instrumental aggression* merupakan agresif yang positif karena bertujuan untuk mendapatkan cita-cita atau keinginan dengan tidak melukai orang lain, dan *angry aggression* merupakan perilaku agresif yang melibatkan keadaan emosi seseorang ketika marah.

Menurut Bandura (dalam Dayakisni, 2012: 176), bahwa dalam kehidupan sehari-hari, perilaku agresif dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan dan kebudayaan atau melalui media massa. Perilaku agresif adalah salah satu dari beberapa reaksi terhadap pengalaman frustrasi yang dibenci.

Teknik Aversi

Menurut Hasan (dalam id.wikipedia.org) aversi adalah perasaan tidak senang atau suka terhadap benda, orang, tingkah laku atau situasi tertentu. Perasaan ini dinyatakan atau disertai dengan tindakan untuk selalu berusaha menghindari hal yang tidak disukai tersebut. Sedangkan teknik terapi aversi pada teori pengondisian klasik dikemukakan oleh Pavlov (dalam id.wikipedia.org), teori ini menghubungkan secara langsung perilaku yang tidak dikehendaki dengan situasi yang dibenci atau menyakitkan.

Menurut Corey (2013: 216), aversi adalah teknik yang digunakan untuk meredakan gangguan perilaku spesifik, menghubungkan gejala perilaku dengan stimulus yang menyakitkan hingga perilaku yang tidak dikehendaki kemunculannya terhambat. Teknik aversi adalah metode paling kontroversional yang dimiliki oleh para behavioris. Teknik aversi dapat mengontrol perilaku dengan berbagai cara, teori ini pada dasarnya digunakan karena dua alasan, yang pertama untuk menghambat atau mengurangi perilaku yang tidak dikehendaki dan kemudian yang kedua memberikan stimulus yang dibenci atau menyakitkan (Purwanta, 2012: 172).

Menurut Komalasari (2011: 157) teknik ini digunakan untuk menghentikan perilaku maladaptif kemudian memperkuat perilaku positif sebagai ganti. Terdapat berbagai media yang dapat digunakan untuk melakukan terapi teknik aversi, antara lain:

- Aversi kimia, memasukkan bahan kimia yang dapat memicu rasa mual ke dalam alkohol (untuk pecandu alkohol).
- Kejut listrik, memakai elektroda yang dipasang pada bagian tubuh seperti lengan, betis atau jari untuk memberi efek kejutan ketika hal yang diinginkan dilakukan.
- Convert Sensitization*, klien membayangkan perilaku maladaptif dan akibat negatifnya hingga klien merasa bersalah atau menyesal.
- Penjenuhan (*satiety*), membuat klien jenuh dengan tingkah lakunya sehingga memutuskan untuk tidak melakukannya lagi serta memberi penguatan pada perilaku baru yang positif agar

klien merasa puas dan berhenti berperilaku yang tidak diinginkan.

Menurut Willis (2010: 71) terapi teknik aversi memiliki 4 tahapan, yaitu:

- Melakukan asesmen (*assessment*), bertujuan untuk menentukan kegiatan selama konseling dengan menganalisis: (a) tingkah laku bermasalah yang dialami klien, (b) situasi klien, (c) motivasi, (d) *self control*, (e) hubungan sosial, (f) lingkungan.
- Menentukan tujuan (*goal setting*), menolong klien untuk menetapkan hasil yang akan dicapai sesuai dengan kesepakatan bersama dan analisis pada saat asesmen.
- Mengimplementasikan teknik (*technique implementation*).
- Mengakhiri konseling (*counseling termination*), mengakhiri konseling dengan melakukan evaluasi merupakan proses yang berkesinambungan.

Menurut Purwanta (2012: 173) prosedur teknik aversi dapat mengontrol perilaku dengan berbagai cara, prosedur teknik aversi digunakan karena dua alasan, yakni: (a) prosedur teknik aversi digunakan untuk mengurangi atau menghambat perilaku maladaptif dengan memberikan konsekuensi aversi sesuai dengan perilaku yang muncul, dan (b) digunakan untuk membuat stimulus menyenangkan menjadi kurang menarik dengan menghubungkan stimulus tersebut dengan beberapa stimulus yang tidak diinginkan yang telah dipilih sebelumnya. Menurut Corey (2013: 196) terapi perilaku merupakan penerapan berbagai macam teknik yang didasarkan pada teori belajar untuk menentukan usaha melakukan perubahan perilaku. Terapis *behavior treatment* yaitu dalam penerapan pengetahuan yang bersifat ilmiah dalam memecahkan permasalahan yang dialami konseli.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Single Subject Design* dengan desain A-B, proses pada desain ini disusun dengan menunjukkan pengulangan pengukuran suatu perilaku sekurang-kurangnya dua fase yaitu fase *baseline* (A) dan fase *intervensi* (b).

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII-E di SMPN 3 Gresik yang terbukti memiliki perilaku agresif tinggi. Hal tersebut diperoleh dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama 26 hari di dalam kelas.

Untuk mendapatkan data yang valid dan sesuai, pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yaitu observasi dan dokumentasi.

Analisis data merupakan tahap terakhir sebelum menarik kesimpulan yaitu dengan mengolah segala data atau informasi yang telah terkumpul. Dalam menganalisis data pada penelitian dengan desain subjek tunggal ada tiga hal utama, yakni penggunaan grafik, statistik deskriptif, dan analisis visual. Analisis visual digunakan untuk melihat tingkat stabilitas, kecenderungan arah, dan tingkat perubahan (*level change*) dari pemberian perlakuan berupa konseling

individu teknik aversi untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

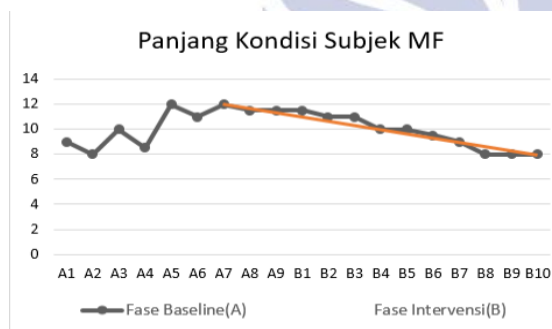
Analisis visual dalam kondisi digunakan untuk mengulas suatu perubahan data dalam kondisi *baseline* ataupun kondisi intervensi. Analisis dalam kondisi antara lain yaitu panjang kondisi, kecenderungan arah, kecenderungan stabilitas, jejak data, level stabilitas, dan level perubahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini data akan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik. Data tersebut merupakan hasil penelitian selama 26 hari di kelas VIII-E SMPN 3 Gresik, yang dimulai pada tanggal 6 Maret hingga 4 April 2019. Pada Penelitian ini terbagi dalam dua fase, yakni fase *baseline* (A) dan fase intervensi (B). Pada fase *baseline* (A) dapat dianalisis frekuensi perilaku *off-tasks* yang terdiri dari empat subyek yang sudah ditentukan. Jika pada fase *intervensi* (B), yakni fase pemberian *treatment* atau perlakuan sesuai rencana yang telah ditetapkan kepada empat subyek yang sudah ditentukan, pada fase ini dapat mengukur sejauh mana perubahan perilaku subyek saat diberikan *treatment*. Pada penelitian ini melibatkan 2 orang, peneliti sebagai penilai dan teman kelas sebagai subyek.

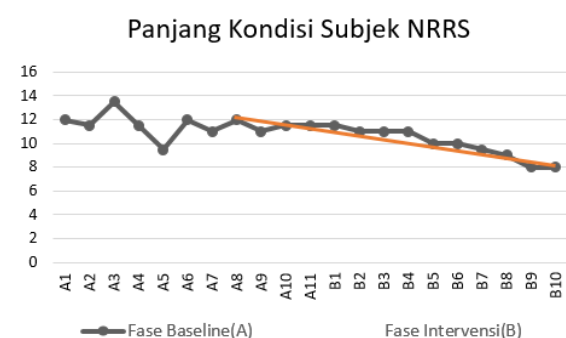
Berikut akan dijelaskan panjang kondisi dari keempat subyek, pada fase *baseline* dan intervensi

a. Panjang kondisi subyek MF



Berdasarkan grafik tersebut, diketahui bahwa rata-rata frekuensi perilaku dari subjek MF pada fase *baseline* (A) cenderung naik turun. Perilaku subjek mulai stabil pada hari ke-7 hingga ke-9. Pada fase intervensi (B) rata-rata frekuensi perilaku subjek MF cenderung menurun mulai hari pertama hingga berakhirnya fase intervensi yakni hari ke-10.

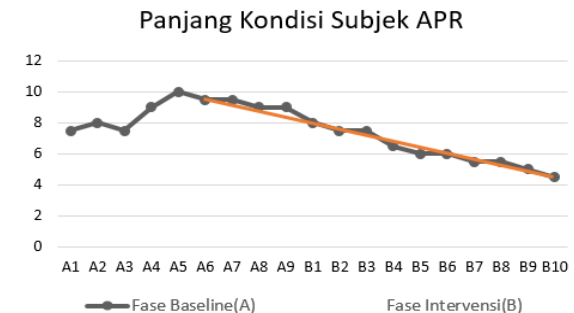
b. Panjang kondisi subyek NRRS



Berdasarkan grafik tersebut, diketahui bahwa rata-rata frekuensi perilaku dari subjek NRRS pada

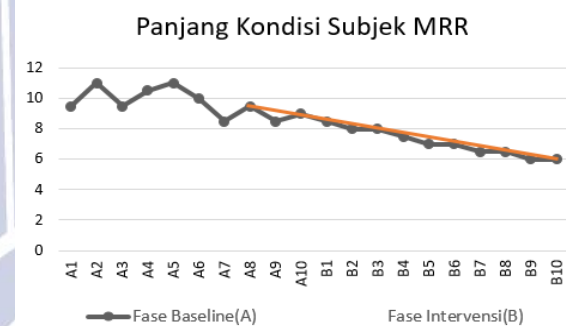
fase *baseline* (A) cenderung naik turun. Perilaku subjek mulai stabil pada hari ke-8 hingga ke-11. Pada fase intervensi (B) rata-rata frekuensi perilaku subjek NRRS cenderung menurun mulai hari pertama hingga berakhirnya fase intervensi yakni hari ke-10.

c. Panjang kondisi subyek APR



Berdasarkan grafik tersebut, diketahui bahwa rata-rata frekuensi perilaku dari subjek APR pada fase *baseline* (A) cenderung naik dari hari pertama hingga hari ke-5. Kemudian perilaku subjek mulai stabil pada hari ke-6 hingga ke-9. Pada fase intervensi (B) rata-rata frekuensi perilaku subjek APR cenderung menurun mulai hari pertama hingga berakhirnya fase intervensi yakni hari ke-10.

d. Panjang kondisi subyek MRR



Berdasarkan grafik tersebut, diketahui bahwa rata-rata frekuensi perilaku dari subjek MRR pada fase *baseline* (A) cenderung naik turun. Perilaku subjek mulai stabil pada hari ke-8 hingga ke-10. Pada fase intervensi (B) rata-rata frekuensi perilaku subjek MRR cenderung menurun mulai hari pertama hingga berakhirnya fase intervensi yakni hari ke-10.

Sedangkan, jejak data pada subyek MF, NRRS, APR dan MRR digambarkan dalam tabel di bawah ini :

Subyek	Baseline (A)	Intervensi (B)
MF	(-)	(+)
NRRS	(-)	(+)

APR		
MRR		

Jejak data perilaku agresif dari keempat subyek MF, NRRS, APR dan MRR pada fase *baseline* (A) mengalami kenaikan yang sifatnya negatif, tetapi pada fase intervensi (B) keempat subyek mengalami perubahan perilaku yang bersifat positif.

Terdapat perbandingan tingkat perubahan yang membuktikan besarnya perubahan data dalam setiap fase dari keempat subyek yakni fase *baseline* dan fase intervensi dapat dilihat pada rincian berikut :

Data stabilitas Baseline (A)

Subyek	Data skor pertemuan terakhir baseline	Data skor pertemuan ke- 1	Hasil stabilitas
MF	11.5	9	2.5
NRRS	11.5	12	-0.5
APR	9	7.5	1.5
MRR	9	9.5	-0.5

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa subjek MF dan APR selama fase *baseline* (A) mengalami peningkatan rata-rata perilaku agresif. Sedangkan subjek NRRS dan MRR mengalami sedikit penurunan rata-rata perilaku agresif.

Data stabilitas Intervensi (B)

Subyek	Data skor pertemuan terakhir baseline	Data skor pertemuan ke- 1	Hasil stabilitas
MF	8	11.5	-3.5
NRRS	8	11.5	-3.5
APR	4.5	8	-3.5
MRR	6	8.5	-2.5

Berdasarkan hasil data stabilitas diatas dapat diketahui bahwa keempat subjek memiliki perilaku cenderung menurun.

Penelitian ini menggunakan proses konseling untuk mengumpulkan data dari keempat subyek yang sudah ditentukan. Data yang diteliti adalah data yang di dapat langsung oleh peneliti selama proses penelitian yang terjadi di lapangan. Proses konseling dilakukan selama 3 kali pertemuan bagi setiap subyek. Proses konseling menerapkan konseling individu dengan menggunakan teknik aversi. Penerapan konseling individu yang sudah dilakukan oleh konselor kepada

konseli di jalankan sesuai dengan tahapan yang sudah ditetapkan. Subyek mengikuti kegiatan proses konseling dengan baik. Keempat subyek dapat memahami tahapan-tahapan dari aversi. Subyek dapat memahami proses konseling dengan menggunakan teknik aversi, dibuktikan dengan penurunan perilaku agresifnya pada fase intervensi (B) yang berlangsung selama 10 hari, penurunan pada fase intervensi ini bersifat positif bagi subyek. Keempat subyek dapat menurunkan perilaku agresifnya, maka subyek akan diberikan penguatan oleh konselor agar konseli dapat meningkatkan perilaku positif yang sudah ia terapkan dan tidak mengulangi kembali perilaku negatif (agresif).

Peran konselor dalam memunculkan bayangan dan akibat negatif dari perilaku agresif secara signifikan mampu membuat keempat subyek yang telah ditentukan merasa menyesal. Subyek juga mengakui perilaku agresif yang telah ditentukan dan setuju untuk mengurangnya dan menggantinya dengan perilaku positif.

Selama proses konseling berlangsung peneliti menemukan satu hambatan, yakni menentukan waktu pertemuan untuk melakukan proses konseling, karena setiap individu atau subyek yang diteliti merupakan siswa aktif dalam kegiatan sekolah sehingga sulit untuk menentukan waktu yang tepat guna melakukan proses konseling. Keempat subyek juga sangat mudah untuk bekerja sama selama proses konseling, sehingga proses konseling terlaksana secara kondusif dan sesuai tahapan.

Perubahan perilaku mulai muncul pada fase intervensi ketika subyek telah menerima konseling individu dengan teknik aversi. Subyek menunjukkan penurunan frekuensi perilaku dan mengganti perilaku agresif dengan perilaku yang positif.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan data hasil penelitian menunjukkan terdapat pengurangan skor rata-rata pada fase *baseline* (A) dan fase intervensi (B) pada setiap subjek. Subjek MF yang awalnya memiliki skor 11.6 pada fase *baseline* (A) menjadi 9.6 pada fase intervensi (B), subjek NRRS memiliki skor 11.5 pada fase *baseline* (A) menjadi 9.9 pada fase intervensi (B), subjek APR memiliki skor 9.4 pada fase *baseline* (A) menjadi 6.2 pada fase intervensi (B) dan subjek MRR memiliki skor 9 pada fase *baseline* (A) menjadi 7.1 pada fase intervensi (B). Dan pada tabel rekapitulasi jejak data menunjukkan adanya penurunan pada fase intervensi yang bersifat positif, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya penurunan perilaku agresif pada keempat subjek yang ditentukan, yakni MF, NRRS, APR dan MRR setelah diberikan perlakuan, yaitu konseling individu dengan teknik aversi.

Saran

1. Untuk konselor sekolah
Dengan hasil penelitian ini, diharapkan konselor sekolah juga dapat menerapkan teknik aversi untuk membantu siswa mengurangi perilaku maladaptif seperti perilaku agresif dalam penelitian ini.
2. Untuk peneliti lain

- a. Penelitian ini menggunakan model A-B, pengamatan hanya dilakukan hingga pemberian perlakuan. Diharapkan peneliti lain mampu mengembangkan penelitian ini menggunakan model yang berbeda agar mendapatkan hasil yang lebih baik.
- b. Menggunakan jenis teknik terapi aversi yang lain seperti aversi kimia, kejutan listrik dan penjenjutan (*satiation*) dalam rangka menghentikan perilaku maladaptif yang lain agar perilaku positif dapat tertanamkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cangara, Hafied. 2014. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Dayaksini, T dan Hudaniah. 2012. *Psikologi Sosial*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2010. *Teori Kepribadian (Theories of Learning) (Buku 1) (Edisi 7)*. Surabaya: Salemba Humanika.
- Hellen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Holipah. 2011. *The Using of Individual Counseling Service to Improve Student's Learning Attitude and Habit at The Second Grade Student of SMP PGRI 6 Bandar Lampung*. Journal Counseling.
- Kartono, Kartini. 2011. *Patologi Sosial III*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Myers, D. G. 2010. *Social Psychology (10th Edition)*. New York: Mc Graw-Hill.
- Purwanta, Edi. 2012. *Modifikasi Perilaku*. Jogjakarta: Pustaka Belajar.
- Purwoko, Budi dan Titin Indah Pratiwi. 2007. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rahman, Hibana S. 2003. *Bimbingan dan Konseling Pola 17*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santrock, John W. 2011. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sunanto, Juang, Takeuchi dan Nakata. 2005. *Pengantar Penelitian dengan Subjek Tunggal*. Tsukuba: CRICED University of Tsukuba.
- Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Willis, Sofyan S. 2010. *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Sumber Internet:
- Fitriyah, Fifi Khoirul. 2014. *Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa (Penelitian Subjek Tunggal terhadap 6 Siswa SMAN 1 Singgahan Kabupaten Tuban Tahun Ajaran 2013/2014)*. Tesis. Tidak diterbitkan. Sekolah Pasca Sarjana Program Bimbingan dan Konseling. Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung. <https://repository.upi.edu> (diakses 2 Januari 2019)
- Indo, Beni. (2017, 14 Desember). *Gara-gara Urusan Cewek dan Saling Olok, Pemuda dan Bocah Remaja di Dau Ini Duel, Ujungnya....*. <http://suryamalang.tribunnews.com/2017/12/14/gara-gara-urusan-cewek-dan-saling-olok-pemuda-dan-bocah-remaja-di-dau-ini-duel-ujungnya> (diakses 2 Januari 2019)
- Pratama, Akhdi Martin. (2017, 17 Juli). *Ini Kronologi "Bullying" Siswi SMP di Thamrin*. City. <https://megapolitan.kompas.com/read/2017/07/17/15274181/ini-kronologi-bullying-siswi-smp-di-thamrin-city> (diakses 2 Januari 2019)
- Rizqo, Kanavino Ahmad. (2018, 1 November). *8 Orang Jadi Tersangka Tawuran yang Tewaskan Pelajar di Jaksel*. <https://news.detik.com/berita/d-4283882/8-orang-jadi-tersangka-tawuran-yang-tewaskan-pelajar-di-jaksel> (diakses 2 Januari 2018)
- Setiawan, Ebta. (2012-2018). *Pengertian remaja*. <https://kbbi.web.id/remaja> (diakses 20 November 2018)
- Wikipedia Ensiklopedia Bebas. (2017, 7 Agustus). *Aversi*. <https://id.wikipedia.org/wiki/Aversi> (diakses 2 Januari 2019)

